## Stefanie

Ich habe meistens nicht so viel Zeit morgens aber zu allererst mache ich die Kaffeemaschine an. Ich esse fast immer nur ein paar Cornflakes, Special K oder ähnliches, mit getrockneten Früchten drin. Ich weiß nicht, ob die wirklich gesund sind. Meistens nehme ich fettarme Milch für die Cornflakes, und der Kaffee muss bei mir immer schwarz sein. Wenn ich Zeit habe versuche ich mir Mittagsbrote mitzunehmen, auch um Mal eine Abwechslung zur Kantine zu haben. Aber meistens nehme ich mir keine Zeit dazu und versuche so schnell wie möglich aus der Tür zu kommen, damit ich nicht zu sehr in die Rushhour komme.

Wenn ich mir etwas mitnehme, dann ist es meistens Mischbrot oder Schwarzbrot, mit Salami oder sonst irgendwie Wurst. Das ist vielleicht auch nicht so gesund. Meistens esse ich abends eine warme Mahlzeit, wenn ich nach Hause komme.